

МБОУ «Беллыкская СОШ»  
Разработка классного часа  
«Маша в стране Грязнуль»

ФИО учителя: Ботвич Ольга Сергеевна

Класс: 1-4

Предмет:

Тема: Моё здоровье

Тип урока: классный час

Цель: формирование ценностного отношения учащихся к своему здоровью



Оборудование: рисунки учащихся на тему «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»; мультимедийная презентация; мультфильм «Маша и медведь» проектор, компьютер; зубная паста, щетка, полотенце, мыло, умывальник, портфель, учебники и тетради.  
Действующие лица – учащиеся 5 класса.

Ход классного часа.

I. Организационный момент.

Учитель: Я надеюсь, что сегодняшний классный час поможет вам узнать много нового, интересного и неожиданного о том, что, как вам кажется, уже известно.

II. Актуализация знаний и постановка проблемы.

Учитель: Ребята, вы в этом году пришли в школу, чтобы получать новые знания, а значит, вы будете много трудиться, решать сложные задачи, читать интересные книги и много чего еще. Но не стоит забывать и о здоровье. Давайте посмотрим фрагмент мультфильма «Маша и медведь»

После просмотра мультфильма учитель задает вопросы:

-Какой характер у Маши?

-Нужно ли Маше учиться, чтобы много знать?

Дети делают вывод о том, что Маша - озорная, веселая девочка. У нее хорошее настроение, ей хочется учиться. Маша пошла в 1 класс. Но девочке не хватает терпения, старания и усидчивости.

Давайте вместе с Машей будем учиться, узнавать много нового и интересного.

Чтобы определить тему сегодняшнего классного часа, я задам вам несколько вопросов.

-Почему нужно чистить зубы и мыть руки?

-Почему нужно заниматься физкультурой?

-Почему нужно содержать в порядке свои вещи?

Сформулируйте тему классного часа. О чем мы будем говорить? (о здоровье).

III. Беседа по теме классного часа.

*Слайд 1.*

Однажды с Машей приключилась такая история. Весь день девочка играла, гуляла в лесу, каталась на велосипеде (и еще много чего), вечером уставшая, чумазая Маша просто свалилась с ног и крепко заснула на своей кровати в доме Медведя. И...наша Маша очутилась в стране Грязнень. Девочка испугалась не на шутку, бросилась бежать, но путь ей преградили стражники. Да и крепкий замок на воротах открыть без посторонней помощи невозможно. Ребята, посоветуйте, что делать? (Маше нужно помочь: научить убирать свои вещи на место, умываться и чистить зубы перед сном). Давайте поможем Маше открыть замок и вернуться из страны Грязнень. На слайде открывается тема классного часа «Маша в стране Грязнень».

*Слайд 2.*

Задание первое. Как вы понимаете пословицы?

В здоровом теле – здоровый дух.

Кто здоров, тот и молод.

Здоровье за деньги не купишь.

Кто аккуратен, тот людям приятен.

Чистота – лучшая красота.

*Слайд 3.*

Как правильно умываться.

Посмотрите, ребята, какую девочку встретила Маша в стране Грязнуль. В класс входит чумахая девочка.

Ребята показывают сценку про грязнулю.

– Ах, ты, девочка, чумахая!

Где ты руки так измазала?

Чёрные ладошки, на руках дорожки.

– Я на солнышке лежала,

Руки кверху всё держала-

Вот они и загорели.

– Ах, ты, девочка, чумахая!

Где лицо ты так измазала?

Кончик носа чёрный,

Будто закопчённый.

– Я на солнышке лежала,

Носик кверху я держала-

Вот он и загорел.

Девочка, нужно руки тебе помыть.

– Саша мочалку возьмёт

И ладошки ей потрёт.

– Катя ватку возьмёт

И носик ей потрёт.

– Не трогайте ладошки!

Они не будут белые,

Они же загорелые.

– Давайте посмотрим на её руки.

А ладошки- то отмылись.

– Да. Значит, это была грязь.

Учитель: Давайте девочку научим правильно умываться. В классе стоит умывальник, на полочке лежат щетка, зубная паста, мыло, полотенце.

*Слайды 4 и 5. Дети рассказывают, как правильно мыть руки и лицо, чистить зубы (слайды 6 и 7), а девочка выполняет практические действия (моет руки с мылом, моет лицо, чистит зубы).*

Ребята, кто из вас знает, что такое «гигиена»? (*Гигиена – это наука о здоровье человека*).

*Слайд 8.*

Давайте вспомним правила личной гигиены. Ребята, назовите предметы личной гигиены, отгадав загадки Мойдодыра.

*Слайд 9. Кто считает зубы нам*

*По утрам и вечерам. (Зубная щётка)*

*Слайд 10.*

*Гладко и душисто,*

*Моет очень чисто.*

*Нужно, чтоб у каждого было –*

*Что, ребята? (Мыло)*

Слайд 11.

Хожу-брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей. (*Расческа*)

Слайд 12.

Вафельное и полосатое,  
Гладкое и лохматое,  
Всегда под рукою —  
Что это такое? (*Полотенце*)

Слайд 13.

Есть в комнате портрет,  
Во всем на вас похожий.  
Засмейтесь — и в ответ  
Он засмеется тоже. (*Зеркало*)

Учитель: Нам странно и неприятно видеть неряшливых школьников. Но среди вас, ребята, таких мальчиков и девочек нет, потому что все мы хорошо знаем следующее правила.

1 ученик: Чистота – залог здоровья.

2 ученик: Грязь и неряшливость в одежде – это пренебрежение к своему здоровью.

3 ученик: Нечистоплотность – это неуважение не только к самому себе, но и к окружающим людям. Молодцы!

Слайд 14.

Режим дня.

Учитель: Некоторые девочки и мальчики забывают хорошее и очень важное правило: у каждой вещи должно быть своё место. Такая привычка помогает хорошо учиться, успевать за день сделать массу различных дел.

Ученики:

-Почему короткий день?

-Ты искал с утра ремень.

А потом резинки, а потом ботинки!

Убирай всё с вечера –

Искать будет нечего!

От себя прогонишь лень –

И длиннее станет день!

А для того, чтобы везде успеть, надо соблюдать режим дня. Вспомним основные этапы режима дня. Я называю строчку, а вы нужное слово.

Стать здоровым ты решил,

Значит, выполняй ... (*режим*).

Утром в семь звенит настырно

Наш весёлый друг ... (*будильник*).

На зарядку встала вся

Наша дружная ... (*семья*).

Режим, конечно, не нарушу –

Я моюсь под холодным ... (*душом*).

Поверьте, мне никто не помогает,

Постель я тоже ... (застилаю).  
После душа и заправки  
Ждёт меня горячий ... (завтрак).  
После завтрака всегда  
В школу я бегу, ... (друзья).  
В школе я стараюсь очень,  
С лентяем спорт дружить ... (не хочет).  
Ну вот! Ура! Звенит звонок!  
Последний кончился ... (урок)!  
С пятёрками спешу домой  
Сказать, что я - всегда герой ... (герой)!  
Я мою руки с мылом,  
Не надо звать к нам ... (Мойдодыра)!  
После обеда можно спать,  
А можно во дворе ... (играть).  
И в мороз, и в жару  
Играть на улице ... (люблю).  
Мяч, скакалка и ракетка,  
Льжи, санки и коньки-  
Лучшие друзья ... (мои).  
Мама машет из окна,  
Значит, мне домой ... (пора).  
Теперь я делаю уроки,  
Мне нравится моя ... (работа).  
Я важное закончил дело,  
И погулять иду я ... (смело).  
Я, ребята, не грущу,  
Я с работы папу ... (жду),  
Домой мы весело идём,  
Нас ужин мамин дома ... (ждёт).  
После ужина веселье,  
В руки мы берём гантели,  
С папой спортом занимаемся,  
Маме нашей ... (улыбаемся).  
Мама от нас не отстаёт,  
В руки скакалку она ... (берёт).  
Смотрит к нам в окно луна,  
Значит, спать давно ... (пора).  
Я бегу скорей под душ,  
Мою и глаза, и уши.  
Ждёт меня моя кровать,  
Спокойной ночи!  
Надо... (спать)!  
Завтра будет новый день!  
Режим понравился тебе?  
Давайте научим Машу собирать портфель, убирать свои вещи на место.

Две девочки собирают с пола книги, тетради, убирают их на полку. Два мальчика собирают портфель: один читает расписание уроков, другой называет и кладет в портфель нужные принадлежности.

Русский язык: учебник, тетрадь, пенал.

Чтение: азбука, тетрадь.

Математика: учебник, тетрадь, линейка, счетные палочки.

Еще нужно положить дневник.

IV. Подведение итогов классного часа.

*Слайд 15.*

Для того чтобы сохранить свое здоровье надо:

Соблюдать правила хорошего здоровья.

Соблюдать правила гигиены.

Соблюдать режим дня.

Заниматься спортом.

Закаливать организм.

Правильно питаться 5 раз в день.

Употреблять больше овощей и фруктов.

Больше времени проводить на свежем воздухе, а не за компьютером и телевизором.

V.Рефлексия.

Теперь вы знаете правила разумного поведения человека для того, чтобы сберечь здоровье на долгие годы. Посмотрите, ребята, стражники отступили, замок открыт. Путь для Маши свободен.

*Слайд 16*

Что же делает наша Маша? Маша спешит к умывальнику. Посмотрите, какая чистая, красивая она стала. Как вы думаете, Маша действительно побывала в стране Грязнуль, или это просто был...? (сон)

Учитель: Будьте здоровы, не попадайте в страну Грязнуль.